

Seznam věcí na lyžařský kurz

- ✓ **Potvrzení o bezinfekčnosti**
- ✓ **Potvrzení o zdravotní způsobilosti**
- ✓ **Potvrzení o seřízení bezpečnostního vázání**
- ✓ **Kartička pojišťovny (originál)**
- ✓ **Peníze na vleky**

- ✓ Sjezdové lyže a lyžařské hole v lyžařském vaku (povinné)
- ✓ Lyžařská obuv v tašce (ne igelitové, povinné)
- ✓ Helma (možnost půjčit ve škole, povinná)
- ✓ Lyžařské brýle
- ✓ Chránič páteře
- ✓ Lyžařské vosky

- ✓ Teplé rukavice (2x)
- ✓ Teplá čepice
- ✓ Šála, šátek nebo nákrčník
- ✓ Oblečení na lyžování (teplé spodní prádlo, izolační vrstva, svrchní vrstva; nákrčník, kukla)
- ✓ Oblečení do penzionu
- ✓ Oblečení na spaní
- ✓ Dostatek spodního prádla a ponožek
- ✓ Plavky
- ✓ Zimní obuv, **domácí obuv**
- ✓ Hygienické potřeby a ručník
- ✓ Krém na opalování
- ✓ Psací potřeby a sešit (papíry)
- ✓ Společenské hry, knihu
- ✓ Osobní léky, náplast